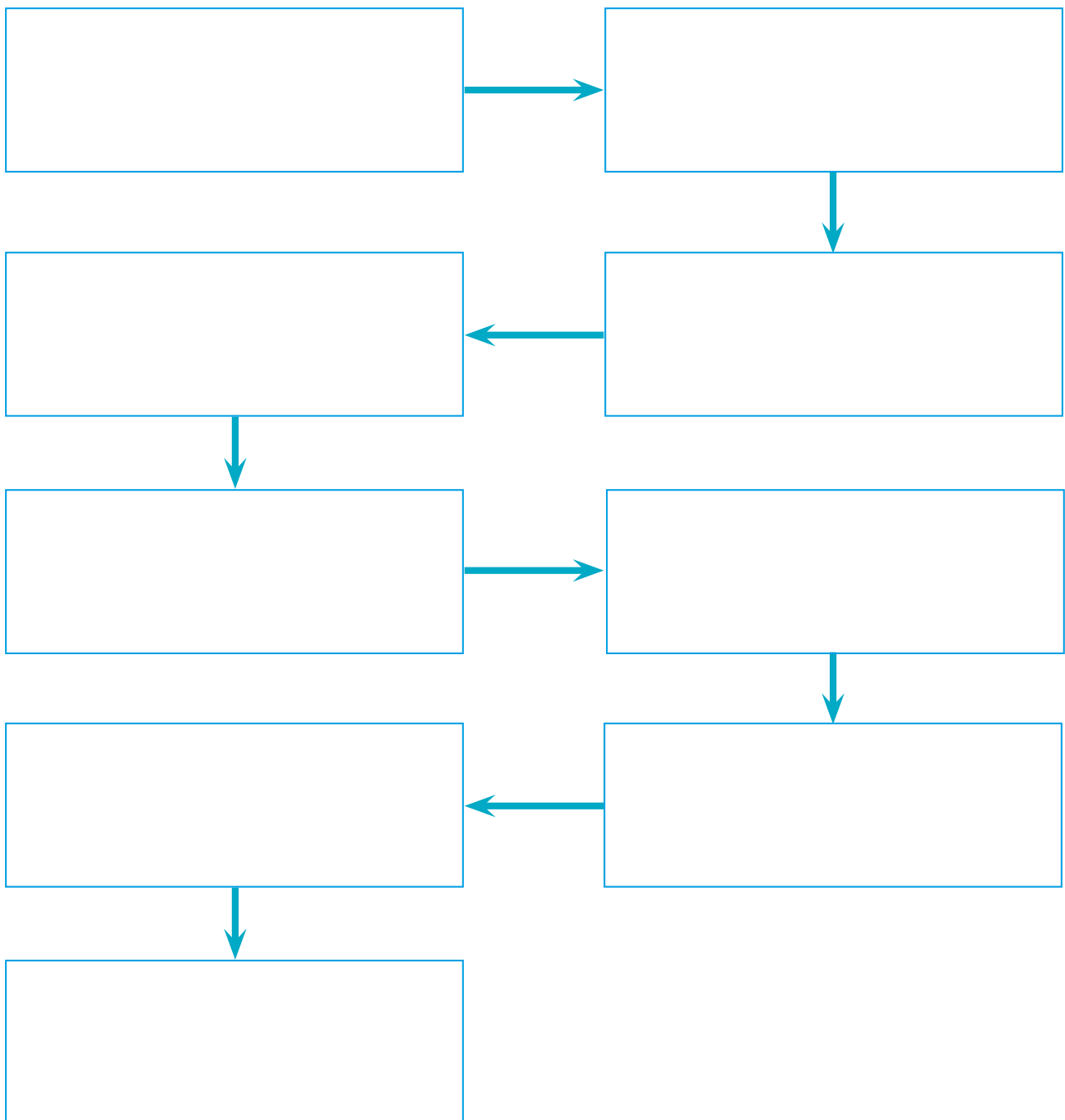


# A. Escalatieketen maken

Escaleren is vaak een patroon geworden. Thuis of op school stapelen de ruzies en aanvaringen zich op. Om dit te voorkomen, is het belangrijk in beeld te krijgen waar en hoe het precies misgaat. Hiervoor kun je de escalatieketen gebruiken: wat gebeurde er precies? Noem alle kleine dingen die gezegd en gedaan werden door iedereen die erbij betrokken was. Probeer zo eerlijk mogelijk te zijn. Schrijf dus ook de dingen op die je misschien zelf niet handig hebt aangepakt.

Zijn er niet genoeg vakjes? Neem dan zelf een groter vel papier en breid de keten uit met net zoveel vakjes als nodig zijn.



Nadat je de keten hebt ingevuld, stel je jezelf de volgende vragen:

1. Heb ik de keten ingevuld zoals het werkelijk ging? Laat iemand meekijken die erbij was en/of de situatie goed kent en bespreek met elkaar wat er precies gebeurde.

2. Gaat het om een symmetrische of complementaire escalatie?

3. Op welk moment ging het mis? Markeer dit in de keten.

4. Wat waren achteraf gezien op dat moment alternatieven geweest? Zouden die hebben geholpen om de situatie niet te laten escaleren?

Schrijf er zoveel mogelijk op. Ze kunnen je een volgende keer helpen het anders te doen.

5. Wie had ik kunnen vragen mij te helpen? En: wie kan ik een volgende keer inschakelen om mij te helpen?